

本館 3階 食堂

MENU

11:30~14:30

ヘルシーメニュー！

<熱量・糖質の表示について>

熱量=[メイン]+[味噌汁45kcal]+[ご飯普通盛336kcal]の総合計

※()内の数字はメイン料理のみのkcalと糖質を表示しています

	7/19(日)	7/20(月)	7/21(火)	7/22(水)	7/23(木)	7/24(金)	7/25(土)
【定食A】 700円	食 堂 お休み	食 堂 お休み	鶏の唐揚げ 甘辛胡椒だれ	白身魚の エスニック ムニエル	鶏マヨ	鶏もも肉のレモン バジルソテー	チキン南蛮
熱 量			836(455)kcal	553(172)kcal	844(463)kcal	817(436)kcal	891(510)kcal
食塩相当量			2.8g	1.2g	0.8g	0.2g	0.9g
糖質			95.4(21.2)g	80.9(6.7)g	91.2(17.0)g	75.2(1.0)g	85.4(11.2) g
【定食B】 700円			トンテキ	油淋鶏	ビビンバ丼 (味噌汁+小鉢)	ジャージャー麺 (冷) (ご飯+小鉢)	
熱 量			830(449)kcal	832(451)kcal	861(396)kcal	795(459)kcal	
食塩相当量			4.3g	4.2g	4.2g	4.2g	
糖質			93.4(19.2)g	91.4(17.2)g	137.0(45.0)g	127.6(53.4) g	
【カレーセット】 600円			カレーライス+小鉢 or チーズカレーライス				

毎日メニュー

※ 定食についている小鉢は約49~140kcalです

- ◎きつね+わかめうどん(446kcal 塩分5.6g) 500円
- ◎うどん大盛り.....+100円
- ◎カレー(単品)(770kcal 塩分3.3g)..... 500円
- ◎カレー大盛り.....+100円
- ◎ご飯(単品)(336kcal)..... 130円
- ◎大盛り(ご飯)(504kcal).....+ 50円
- ◎小鉢..... 150円

(小鉢のみのご利用もできます。)

お飲物

◎コーヒー..... 180円

(お食事をご注文の方は100円です)



Asovivaキッチン